



**Praktijk voor Fysiotherapie
Broersen en Van Oeyen**



**Praktijk voor Fysiotherapie
Broersen en Van Oeyen**

**Telefoon
026 - 325 38 53**

**Lemoen 14a
6852 DS Huissen**

**Van Voorststraat 1
6851 LT Huissen**

www.fysiotherapiebroersenvanoeyen.nl

DE SCHOUDER

SCHOUDER REVALIDATIE - KLACHT



www.fysiotherapiebroersenvanoeyen.nl

026 - 325 38 53

De schouder

Algemeen

Het schoudergewricht is een complex gewricht dat steeds een balans moet vinden in stabiliteit en beweeglijkheid. In elke stand van het gewricht is er stabiliteit gewenst om vanuit die stand door middel van spieren een handeling te kunnen uitvoeren. Dit zowel in algemene dagelijkse activiteiten als tijdens sport en of werk. Het schoudergewricht is een belangrijke schakel in de bewegingsketen van nek tot hand. Niet goed functioneren van een onderdeel in deze schakel geeft aanleiding tot disfunctioneren van de bewegingsketen. Veelal zal de schouder compensatiegedrag vertonen om zo lang mogelijk alle bewegingen van nek tot hand mogelijk te maken. Juist deze compensatie leidt vaak tot irritatie (chronisch) en daarmee tot klachten in de schouder. Klachten kunnen ook acuut ontstaan in de schouder na bijvoorbeeld een val en daarmee een verstoord beweegpatroon veroorzaken.

De schouderklacht

De juiste balans en stand en een goed aangestuurd worden van de beweging in de schouder vindt vooral plaats in de 4 gewrichten van de schoudergordel. De bovenarm, het schouderblad en het sleutelbeen vormen deze gewrichten en zijn hierin bepalend voor de beweeglijkheid van de schoudergordel. De optimale beweging of stand van de

schoudergordel is essentieel voor de bovenste bewegingsketen. Stoornis in mobiliteit en/of beweging in de schoudergordel leidt tot irritatie en daarmee tot bewegingsongemak en (pijn)klachten. De fysiotherapeut zal een analyse maken van deze bewegingsstoornis(sen) en de specifieke gewrichten, weefsels, spieren en of pezen die hiervoor verantwoordelijk zijn behandelen. De behandeling heeft vaak tot doel de complexe bewegingen van de gehele schoudergordel weer te normaliseren en daarmee tevens pijnstilling en preventie te verkrijgen. Schouderklachten kunnen acuut ontstaan (o.a. sport) en/of een chronische (werk-lichaamshouding) oorzaak hebben.

De schouderfysiotherapeut

Schouderfysiotherapeuten hebben uitgebreide scholing en interesse in schouderklachten en zijn gespecialiseerd in het beoordelen en behandelen van schouderproblematiek vanuit diverse behandel mogelijkheden. Door hun specifieke kennis kunnen zij kiezen voor de meest adequate behandelvorm voor uw klacht. Veel voorkomende behandelvormen zijn oefentherapie, (houdings-)adviezen, mobiliseren (gewricht-zenuw), massage, medical taping, dry needling en (thuis-)oefenprogramma's. Schouderfysiotherapeuten werken nauw samen met huisartsen, (schouder-)orthopeden, en andere medisch specialisten. Zij zijn daarnaast actief binnen de Werkgroep

Schouder-Elleboog Gelderland (WSEG), die vanuit ziekenhuis Rijnstate wordt georganiseerd.

Veel voorkomende schouderklachten

- slijmbeursontsteking
- post operatief (revalideren)
- schouderprothese
- schouder uit de kom (instabiliteit-luxaties)
- kapselontsteking - frozen shoulder
- peesletsel, scheuring-ontsteking
- spier, (pijn)klacht

Schouderfysiotherapeuten

Wim Broersen

Lo van Oeyen

Anouk van Oeyen

Lid van Werkgroep Schouder-Elleboog Gelderland (WSEG)

